



پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد: نسربین شه روان، ۱۳۹۷

## تاثیر آموزش خود مراقبتی بر خلاقیت و خود تنظیمی دانش آموزان دختر پایه ششم ابتدایی سبزوار

پژوهش حاضر با هدف بررسی تاثیر آموزش خودمراقبتی بر خلاقیت و خودتنظیمی دانش آموزان دختر پایه ششم ابتدایی سبزوار انجام شد. این پژوهش از نظر هدف کاربردی و به لحاظ روش تحقیق نیمه تجربی از نوع پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل است. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانش- آموزان دختر پایه ششم سبزوار در سال تحصیلی ۹۷- ۱۳۹۶ بود. بدین منظور تعداد ۴۰ نفر (دو کلاس) از دانش آموزان دختر پایه ششم ابتدایی دخترانه سبزوار با روش خوشه ای چند مرحله ای انتخاب شدند و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش (۲۰ نفر) و کنترل (۲۰ نفر) قرار گرفتند. سپس از دو گروه پیش آزمون به عمل آمد. گروه آزمایش، برنامه آموزش خودمراقبتی را طی ده جلسه ۴۵ دقیقه ای هر هفته ای دو جلسه دریافت نمودند در حالی که گروه کنترل هیچ برنامه آموزشی را دریافت نکردند. پس از اتمام برنامه و گذشت یک هفته، از هر دو گروه پس آزمون به عمل آمد. ابزارهای مورد استفاده شامل پرسشنامه خلاقیت عابدی (۱۳۶۳) و پرسشنامه راهبردهای خودتنظیمی پینتریچ و دی گروت (۱۹۹۰) بود. سپس داده های جمع آوری شده با استفاده از روش های آمار توصیفی (میانگین و انحراف معیار) و آمار استنباطی (تحلیل کوواریانس تک متغیره و چند متغیره) با کمک نرم افزار ۲۰spss تجزیه و تحلیل شد. نتایج پژوهش نشان داد که آموزش خودمراقبتی بر خلاقیت و مؤلفه های آن و خودتنظیمی و مؤلفه های آن تاثیر مثبت و معناداری داشته است.

**کلیدواژه‌ها:** آموزش خودمراقبتی، خلاقیت، خودتنظیمی

شماره‌ی پایان‌نامه: ۱۲۷۲۰۷۰۲۹۷۱۰۰۱

تاریخ دفاع: ۱۳۹۷/۰۹/۲۵

رشته‌ی تحصیلی: روانشناسی تربیتی

دانشکده: علوم انسانی

استاد راهنما: دکتر علی محمد ناعمی

### **M.A. Thesis:**

The effect of self-care education on the creativity and self-regulation of elementary school students in Sabzevar

The purpose of this study is to investigate the effect of self-care education on creativity and



self-regulation of the grade six elementary girl students of Sabzevar. The current research is application oriented and the research method is semi-experimental which includes pre-test and post-test the control group. The statistical population included all the grade six elementary girl student of Sabzevar in 1396-97. To this end, 40 elementary students in two classe of grade six in Sabzevar are selected by using multistage aciniform method and they are divided into experimental groups ( $n=20$ ) and control group ( $n = 20$ ). The prtest was hold on both group. The experimental group received self-care training program in ten sessions of 45 minutes every two sessions a week while the control group t receive any training program. After the completion of thetraining program, both experimental and control groups are given post-test. The instruments of this research are Abedi's creativity questionnaire (1363) and self-regulation questionnaire of Pintrich Vude Groot (1990).The data are collected using descriptive statistics (mean , standard deviation) .Inferential statistics like(Single variable and multivariate covariance analysis) isanalyzed with SPSS20 software. The results of this study showed that self-care education has a positive effect on creativity and self-regulation.